

上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

總論

節 五行解

不水火土也內有五臟外有五官皆與五行相配心
土肝屬木肺屬金腎屬水此五行之隱於內者目通
舌通心耳通腎人中通脾此五行之著於外者五行
道焉金生水水生木木生火火生土土生金又有相
金克木木克土土克水水克火火克金五行見於洪
借之以解經後人每譏其於義無取而生克之理究

也拳之以是取名用以堅實其內整飭其外取相生
平時之習練取相克之義以爲對手之破解云爾非
古說也

節 五拳解

橫五拳之名稱也崩拳之形似箭性屬木礮拳之形
火橫拳之形似彈性屬土劈拳之形似斧性屬金鑽
電性屬水由相生之說論之故橫拳能生劈拳劈拳
鑽拳能生崩拳崩拳能生礮拳礮拳能生橫拳也萬
故橫拳能生各拳由相克之說論之故劈拳能克崩

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

兄橫拳橫拳能克鑽拳鑽拳能克礮拳礮拳能克劈

即 四梢說

助骨血肉筋骨之末端曰梢蓋髮爲血梢舌爲肉梢

牙爲骨梢四梢用力則可變其常態而令人畏懼焉

血梢
豎髮衝冠血輪速轉敵膽自寒毛髮雖微推敵何難

肉梢
雖山亦撼肉堅比鐵精神勇敢一舌之威落魄喪膽

骨梢

筋梢

以爪爲鋒手攫足踢氣力兼雄爪之所到皆可奏功

骨梢

切齒則發敵肉可食皆裂目突惟牙之功令人恍惚

節 八字訣

又有八字拳勢一貼八字具備皆所以蓄力養氣使
所措也此亦五行拳所特有者八字之名稱一曰頂
曰圓四曰毒五曰抱六曰垂七曰曲八曰挺而八字
事都二十四事分述之如左

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

二頂

仰天之雄手外頂有推山之功舌上頂有吼獅吞象

二頂

二扣

刀到肘掌扣則氣力到手手足指扣則周身力厚是

三圓

力催身前胸圓則兩肱力全虎口圓則勇猛外宣是

壁

三毒

狸攪鼠眼毒如觀兔之飢鷹手毒如捕羊之餓虎是

三抱

氣不外散膽量抱身臨變不變兩肱抱肋出入不亂

三垂

降丹田肩垂則肩催肘前肘垂則兩肱自圓是謂三

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

二曲

則力富兩股宜曲曲則力薄手腕宜曲曲則力厚

二挺

氣貫頂挺腰則力達四梢挺膝則氣恬神壹是謂三

分論

即開勢

活最精密由身而肩而肱而手而指而股而足而舌

壁

不有說焉分條列之於左

身

其勢不勁左側右欹皆身之病正而似斜斜而似正

肩

肩須下垂左肩成拗右肩自隨身力到手肩之所為

肱

右肱在肋似曲不曲似直不直曲則不遠直則少力

手

左手齊心後者微塌前者力伸兩手皆獲用力宜多

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

指

其形似鈎虎口圓開似剛似柔力須到指不可強求

股

右股後撐似直不直似弓不弓雖有支絀每見難形

足

欹側皆病右足勢斜前踵對脛二尺距離足指扣定

舌

捲則氣降目張髮立丹田愈壯肌肉如鐵內堅膈膜

肚

氣貫四梢兩腋縱繞臀部肉交低則勢散故宜稍高

壁

五

五拳開始

開勢圖

用者其夥

歌以自練



上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

節 劈拳

路線

拳不同者前脚先進後脚必跟也拳之用也宜速進
捷靈敏必能取勝拳之進也宜猛跟後脚則氣催身
當不惟劈拳然也劈拳之路線三步爲一組前脚進
進爲二既進之脚復跟爲三如下圖



起勢

起勢圖



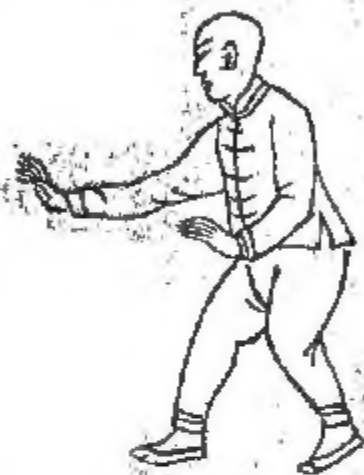
同變陽拳
小指翻天
力垂左肩
肘置胸前
氣降丹田

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

落勢
後脚大進
推挽兩迅
前脚仍順
後手騰近
列成直陣

落勢圖



雙

回身勢

則左轉身
前脚在後
後脚在前
仍然前脚
進為
為二既進
之脚復跟
為三如下
圖



上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

節 鎖拳

路線

爲一組與劈拳同



起勢

左掌翻陽

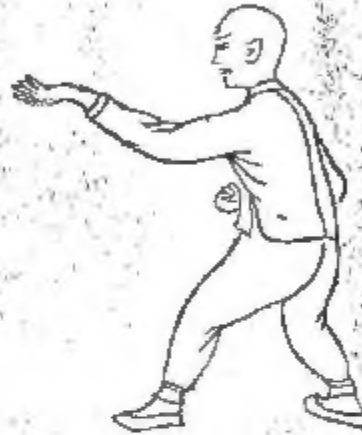
如弓斯張

仰置肋旁

銳氣發揚

乃不能防

起勢圖



上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

落勢

右脚再進

後拳宜迅

右脚仍順

後拳肘近

列成直陣

落勢圖



壁

九

流重自如

回身勢

則左轉身

右手在左

右手自脇邊反出以扣敵腕步法與

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

節 崩拳

路線

單不能分起落勢而回身較他拳爲繁故以出勢回
蹀法左骸在前右骸脚跟進故亦名左骸崩拳如下

壁

出勢

右脚隨進

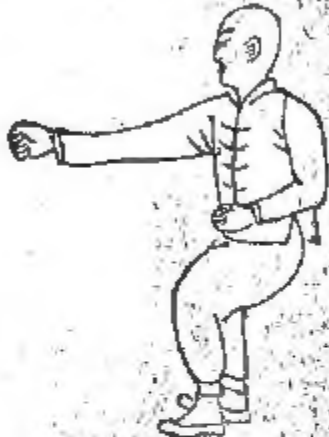
骸曲勢峻

後陽前順

陽者前奮

步法莫索

出勢圖



上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

收勢
匪崩拳則於二次回身後打出則左手在前右後斜
體落左後大退一步斜落後退時兩手存原勢至左
子猛撤左手力出名曰退步橫拳路線如下



望

十一

武術自製

回身線

回身

組



回身勢
隨勢轉身
石拳陽伸
推挽力均
兩掌變陰
兩掌齊心

回身勢圖

上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

節 礮拳

路線

步爲一組崩拳以二步爲一組礮拳則以四步爲一
出如下圖



變

十一

圖畫自製

起勢

右腳隨之

眼觀一隅

右脇左臍

莫亢莫卑

舌捲氣垂

起勢圖



上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

落勢

如石之投
置之肩頭
與左拳作
無用他求
如龍如蛟

落勢圖



回身勢

左轉身時左腳稍動右腳回至左腳地而左
斜打響如路線南北轉身打東南者轉身後則打
首依此類推下爲一隅路線圖



上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

起勢
後脚孤立
前仰後抑
抑者肘匿
卷舌屏息
宜厚其力

起勢圖



壁

十四

美圖



節 橫拳
路線
斜勢其步數類旁鑽而非直線其彎曲似駁拳而步

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

落勢

已成剪形

則拳退行

退與肘平

敵以橫名

反用則成

落勢圖



回身式

轉身時左腳稍動右腳進左腳進拳鑽右



壁

十五

圖書自製

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

結論

節 練習

專練

對己者十八對人者十二耳故曰壯身者其常勝敵
專言壯身無論何拳均可習練至於勝敵則五行拳
為且勝敵之道貴精不貴多勝一人用此勢勝人人
勢務博而荒求繁而亂身體無切確之磨練應敵無
藝此兩失也人情之所樂觀而致意者在濃不在澹
約在急不在緩孤幹無枝之喬松固不若鮮花翠柳

壁

十六

張鶴白題

經霜冒嚴雪熟為後凋可斷言矣五行拳皆單勢

之正則也

久練

廣無涯涘者惟拳術為然得其淺者一人敵得其最
不可萬人敵也習拳固宜虛心而淺嘗輒止忽作忽
望其深造且五行拳尤不易為數月己自可觀十年
淺者視之容有後不如前久不如暫者蓋熟化之至
力縮也非多歷年所熟復而無間斷未足以臻此極
者一由於虛心一由於恆性也謂論者恒謂拳術多

上千本武术电子书赠送武友，QQ: 280617681

微信: 280617681 武术交流QQ群: 248285623

而不告告而不盡者夫豈其然其心易滿者或輕試
好爭而欺人自亡之媒也其性無常者一知半解自
興暮止自謂已成至於試之無效不曰我師欺我則
誤是不惟傳授失人而拳術亦爲一世所輕矣豈私

節 變化

而寔有神妙之功用自其變化言之則劈拳有六鑽
七崩拳有九共三十六套以下分述之凡前所有者
之首

劈拳

十七

新編目要

劈拳

進步劈拳

退步劈拳

搖身劈拳

轉身劈拳

鑽拳

進步鑽拳

退步鑽拳

搖身鑽拳

轉身鑽拳

掙手鑽拳

崩拳

進步崩拳

退步崩拳

搖身崩拳

轉身崩拳

順勢崩拳

右後崩拳

掙手崩拳

上千本武术电子书赠送武友，QQ：280617681

微信：280617681 武术交流QQ群：248285623

礮拳

進步礮拳

退步礮拳

搖身礮拳

轉身礮拳

橫拳

進步橫拳

退步橫拳

搖身橫拳

轉身橫拳

擗手橫拳

終

壁

十八

源寶自製